

November 26				veggi/ vegan
1	So			
2	Mo	Curry-Senf-Gulasch ^{17/22/26} , Nudeln ²² , Salat ^{8/17}	Mocca-Quark ^{13/17}	
3	Di	Hähnchenfilet mit Käsehaube ^{17/25} Reis, Salat ^{8/17}	Apfelschnee ¹⁷	
4	Mi	Pasta mit Thunfisch ^{8/10/17/18/19/22/23/26} , Salat ^{8/17}	Fruchtjoghurt ¹⁷	
5	Do	vegi Gemüseauflauf ^{17/6} , Salat ^{8/17}	Obstgelee m Vanillesoße ¹⁷	✿
6	Fr	Wirsing-Rahm-Eintopf ^{17/18/22/25} mit Brot ²²	Ki.Ba-Quark ^{17/22}	✿
7	Sa			
8	So			
9	Mo	Asiat. Gemüsepfanne ^{1/3/22/29} mit Tofu ²⁹ Reis	Mango-Maracuja-Dessert ¹⁷	✿
10	Di	geb. Kartoffeln mit Zaziki ^{17/18} mit Salat ^{8/17/18}	Apfel-Grütze ¹⁷ Vanillesoße ¹⁷	✿
11	Mi	Puten-Ananas-Gulasch ^{8/18/22} Reis, Salat ^{7/18}	Milchreis ¹⁷ mit Zimt+Zucker	
12	Do	Nudeln ²² , Räucherlachs/Dill Soße ^{17/18/22/23} , Salat ^{8/17}	Advents-Dessert ^{17/19/20/21/27/29}	
13	Fr	Möhren-Eintopf ^{17/25} mit Brot ²²	Mohn-Quark ¹⁷	✿
14	Sa			
15	So			
16	Mo	Chop Shuy ^{1/3/22} Reis, Salat ^{8/17}	Quarkspeise ¹⁷	
17	Di	Makkaroni-Gemüse-Auflauf ^{4/17/19/22} Salat ^{8/17}	Himbeercreme ¹⁷	✿
18	Mi	Rinderrouladen ^{2/6/22/26} , Gemüse, Kartoffeln	Quark-Tiramisu ^{1/8/13/17/18/19/20/22}	
19	Do	Nudeln ^{17/18} mit Tomatensoße ^{2/6/17/18/22} , Salat ^{8/17}	Obst	✿
20	Fr	Gemüsecurry ²² mit Brot ²²	Schokoladenpudding ¹⁷	⚙
21	Sa			
22	So			
23	Mo	Nudeln m. Möhren-Erdnuss-Soße ^{17/21/22} , Salat ^{7/17}	Joghurt mit Müsli ^{17/20/22}	✿
24	Di	Curry-Hack-Pfanne ¹⁸ , Reis Salat ^{8/17}	Schoko-Mousse ^{17/19/20/22/29}	
25	Mi	Hähnchenbrust m. Spinat ¹⁷ Nudeln ²² Salat ^{8/17}	Rote Grütze ^{4/17/22}	
26	Do	Seelachs mit Senfsoße ^{22/23/26} , Kartoffeln, Möhrensalat ^{8/17/25}	Obst	
27	Fr	Vegetarisches Chili ¹⁸ , Reis	Pudding ^{17/22}	⚙
28				
29				
30	Mo	Putengeschnetzeltes in Senfsoße ^{6/17/22/26} , Spätzle ^{22/19} Salat ^{8/17}	Eis ¹⁷	